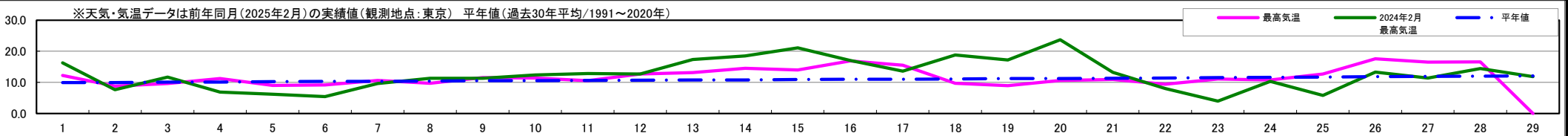


DATE	1 日	2 月	3 火	4 水	5 木	6 金	7 土	8 日	9 月	10 火	11 水	12 木	13 金	14 土	15 日	16 月	17 火	18 水	19 木	20 金	21 土	22 日	23 月	24 火	25 水	26 木	27 金	28 土	29
行事・催事	省エネ月間（1月28日） テレビ放送記念日	フレンチ・クレールデー 2連ヨーグルトの日	給乳紙の日 節分 巻寿司の日 給紙の日 大豆の日	西の立春日 レイニス・ユニフォームの日	煮たまごの日 ニゴロバナの日（1〜7日） 「にこり酒」の日	抹茶の日 お風呂の日 海苔の日	北方領土の日 国産木材の日	ぜんざい／おしるこの日 白馬そばの日（5〜10日） 東京二八そばの日	輪島ふぐの日 福島の肉の日	ふきのとうの日 フルツアートの日 豚井の日	わんこそば記念日 建国記念の日 出雲そばの日	黄ニラ記念日 レトルトカレーの日	伊達のあんぼの日 土佐文旦の日 苗字制定記念日	煮干の日 煮干の日のバレンタインデー ネクターの日	春一番名付けの日	寒天の日 ネイル女子の日 天気図記念日	千切り大根（切干大根）の日 電子書籍の日	嫌煙運動の日 エアメールの日	「信州／まつもと鍋」の日 ひな人形飾りつけの日	歌舞伎の日 アレルギーマスの日 旅券の日	日刊新聞創刊の日	おでんの日 猫背改善の日 スニーカーの日 ヘッドホンの日	天皇誕生日 富士山の日 税理士記念日 工場夜景の日	クロスカントリーの日	とちぎいちこの日 タリ紙の日	包むの日 フロリダグレープフルーツの日	冬の恋人の日 絆の日	ビスケットの日 エッセイ記念日	
天気	晴	雨	曇	晴	晴	晴	晴	晴	晴	晴	晴	晴	晴	晴	晴	曇	晴	晴	晴	晴	晴	晴	晴	晴	晴	晴	晴	曇	-
最高気温	12.2	8.8	9.6	11.2	9.0	9.2	10.6	9.7	11.5	11.4	10.5	12.7	13.1	14.5	14.0	16.9	15.5	9.7	8.9	10.6	10.9	9.4	11.1	10.8	12.7	17.6	16.5	16.6	-
最低気温	2.8	3.1	4.0	2.3	-0.1	-0.6	-0.6	0.3	0.7	-0.5	0.3	0.4	3.4	2.4	5.2	7.5	3.9	1.9	0.4	-1.0	1.0	1.4	-0.4	-0.1	0.5	4.0	4.2	5.4	-
2024年2月 最高気温	16.3	7.6	11.7	6.9	6.2	5.4	9.6	11.3	11.3	12.4	12.8	12.7	17.3	18.5	21.1	17.0	13.6	18.8	17.2	23.7	13.2	8.0	4.0	10.3	5.8	13.3	11.4	14.4	11.8
平年値	10.0	10.0	10.1	10.1	10.2	10.3	10.3	10.4	10.5	10.5	10.6	10.7	10.8	10.8	10.9	11.0	11.0	11.1	11.2	11.2	11.3	11.4	11.5	11.6	11.7	11.8	11.9	12.0	12.1



生活行動	初旬	中旬	下旬
食	●厳しい寒さが続き、温かい鍋料理を好んで食べる ●「節分の日」に、福豆と恵方巻を食べる ●有名寺社の催事(災厄、邪気払い)に参画する ●バーゲンセールで防寒衣料を購入する ●各地の雪祭りに出かける	●2/14「バレンタインデー」に、女性が男性に手作りチョコレートをプレゼントする ●受験生の為、風邪予防や脳の働きを活発にするメニューを提案する ●受験生は、志望校を巡回受験訪学をする ●早くも新学期準備の為の購買活動をする ●そろそろ春物の洋服に目出し、バーゲンセールに出かける	●ホットドリンクを飲んで体を温める ●外食よりも家庭での食事を楽しむ ●湯豆腐を好んで食べる ●早くも春の新作商品に目出し、ショッピングに出かける ●卒業謝恩パーティーに出席する
セーラータイトル	◆節分恵方巻 お好きな具材で!! 手巻きパーティー! ◆福を呼ぶ節分パーティー ◆平日簡単春鍋 ◆ハッピーバレンタインはもうすぐ◆旬を先取り春の食卓&洋食メニュー	◆スウィートサンクスバレンタイン ◆鍋ラストパート ◆ひと足先に春気分を味わう ◆もうすぐひなまつり ◆春待ちレストラン ◆春の炊き込みごはん ◆春に旨いお魚祭り	◆ひな祭り準備 ◆私へのごほうび 春のごちそうフェスティバル ◆春を感じる彩りパスタ ◆桃の季節に華やかな食卓をひなまつり ◆食で感じる季節の移ろい 春を満喫
衣	◆長引く寒さにも役立つ即戦力アイテム ◆寒暖差ある春先に使えるアウターが充実 ◆この時季の重ね着にロントが活躍 ◆春を彩る最新コーデをいち早くお届け!	◆防寒対策にも春服のインナーにもヒートテックが大活躍 ◆春先の寒暖差にもずっと使える軽やかアウター ◆春のお出かけは最旬スウェットで! ◆春コーデ先取りスタイル	◆大切な日への装いに Formal style ◆春先どりボトムバーゲン ◆春の最新ジーンズ ◆春の新しいセレモニーコーデ ◆入園準備に最適な春物満載! ◆新生活にエアリズム
住	◆春のエクステリア新生活フェア ◆卒業旅行の準備しませんか? ◆今こそ防災対策! ◆新生活で増える荷物やレジャー用品をかしこく収納 ◆新生活スタートインテリア用品	◆新入学・進級準備 ◆引越し前のご準備に ◆新生活おしゃれに部屋を模様替え ◆入園入学準備に! ◆春の暮らしをサポート新生活応援! ◆春のお出かけアイテム	◆花粉の季節乗り越えるアイテム勢揃い! ◆入学のお祝いに最適なギフトご紹介 ◆もっと便利に! もっと快適に! 春の生活応援特価! ◆新生活への家電セット特集
旬の食材	あさつき 明日葉 アスパラ菜 大阪しろな かぶ からし菜 カリフラワー 寒玉キャベツ 小松菜 山東菜 島らっきょう 春菊 ターサイイ 高菜 チコリー ちぢみゆきな つぼみ菜 菜の花 根芽 白菜 煙菜 花わさび 成立菜 ブロッコリー 壬生菜 ミヨウガタケ	アカムツ アマダイ イトヨリ エソイソイナメ 牡蠣 カサゴ カナガシラ カマス カレイ カワハギ キチジ きびなご クエ クロムツ サバ サヨリ サワラ シタヒラメ シマイサキ タイ ヒラメ フリ ヘダイ マダラ マハタ メジナ メヒカリ レンコダイ ワカサギ	アテモヤ 天草 イエロービタヤ いちご 伊予柑 温州みかん キウイ 清美オレンジ 金柑 国産レモン 三宝柑 ジャンボレモン せとか 津之輝 津之望 デコポン ネーブルオレンジ 八朔 はるか 晩白柚 ひめのつき 文旦 ボンカン メロゴールド

